Il gioco può causare dipendenza

In ogni momento, il gioco deve essere sinonimo di piacere. Ecco alcune semplici regole che ti permetteranno di assicurarti che il gioco non produrrà effetti negativi su altri ambiti della tua vita :

- Non scommettere mai cifre che non puoi permetterti di perdere.
- Non cercare mai di recuperare immediatamente tutte le tue perdite.
- Non scommettere sotto l'effetto di alcool o farmaci.
- Gioca soltando se sei riposato e concentrato.

Soffri di dipendenza da gioco ?

Se, come nel caso dell'1% della popolazione, il gioco è per te sinonimo di comportamenti eccessivi, di puntate dall'importo sempre più alto, di incapacità di smettere o di difficoltà economiche, allora sei un giocatore compulsivo.

Se hai anche il minimo dubbio, non esitare a sottoporti ai test all'indirizzo seguente :

- http://www.vinciamoilgioco.org/test/

Cosa fare in caso di dipendenza ?

Se, da un lato, la dipendenza da gioco è una patologia da curare, essa è senza dubbio più facile da superare rispetto ad altre patologie molto note, come l'alcoolismo o la bulimia.

La prima cosa da fare è parlarne con il tuo medico o con un ente specializzato.

Puoi inoltre chiedere al tuo bookmaker di limitare le tue giocate o di chiudere totalmente il tuo conto, in base al tuo livello di dipendenza.